



# Gemeinsam mobil und vital

Sporttag für Menschen mit Demenz und deren Angehörige

**06.10.2021, 10-13 Uhr**

im Seniorenbegegnungszentrum Lobeda-Ost

Fördern Sie Ihre Gesundheit durch  
Aktivierung und Bewegung sowie  
richtige Ernährung.

Erleben Sie die positiven  
Auswirkungen der richtigen  
Bewegung auf die Demenz.

Informative Vorträge

Praktische Tipps für den Alltag

Aktionen zum Mitmachen

Bewegungsübungen

Interessenten melden sich bitte direkt im SBZ an:

(03641) 33 46 14

[ulrike.wichler@drk-jena.de](mailto:ulrike.wichler@drk-jena.de)

DRK-Begegnungszentrum, Lobeda-Ost, Ernst-Schneller-Straße 10